I Trimestre de 2011
Jesús lloró: La Biblia y las emociones humanas

Lección 9
(19 al 26 de Febrero de 2011)

La estima propia

Dr. Noel José Días da Costa [1]

Objetivo de este estudio: Comprender cómo el conocimiento de nuestro origen divino y del sacrificio de Jesús impacta en nuestra autoestima y en nuestra perspectiva de la vida.

Verdad central: Creados de manera especial a la imagen de Dios y comprados por un precio infinitamente valioso, somos impactados por el amor de Dios, que equilibra nuestra autoestima y aporta recursos para eliminar los excesos de una autoevaluación equivocada.

Introducción

En el contexto del pecado en el que crecemos, rodeados por las constantes evaluaciones negativas que padres, familiares, educadores y amigos hacen de nosotros, es muy común desarrollar una baja autoestima. Los efectos de esta son la pérdida de la confianza propia y la calidad en las relaciones sociales; la duda, la tristeza y el desánimo. Cuando la autoestima es preservada, la persona alcanza un mejor desempeño en sus relaciones familiares, sociales y hasta en los aspectos profesional y académico.

Consideraremos en este estudio tres puntos básicos sobre la autoestima:

1. Las concepciones acerca de nuestro origen y la autoestima.
2. La autopercepción y el juicio de los demás.
3. Nuestra valía a los ojos de Dios.

[1] Psicólogo y pastor, magister y doctor en Psicología Clínica por la Universidad de San Pablo, y Magister en Teología por el Seminario Adventista Latinoamericano de Teología, sede Universidad Adventista de San Pablo, campus Engenheiro Coelho. Se desempeña como profesor, psicólogo y auxiliar de la Asociación Ministerial en el Centro Universitario Adventista de San Pablo. Está casado con la pedagoga Erenita M. S. da Costa y es padre de Tiago y Ana Cristina.

Las concepciones sobre nuestro origen y la autoestima

Al aceptar la Creación como un hecho, la persona es llevada a reflexionar sobre su origen superior, con un propósito, y no de manera accidental. Al concebirse como hijo de Dios, el sentido de dignidad personal es ennoblecido, y la autoestima es fortalecida. La Biblia dice que el hombre fue creado a la imagen de Dios (Génesis 1:26, 27), un poco menor que los ángeles (Salmo 8:5). Somos considerados sacerdocio real, nación santa, pueblo elegido de Dios (1 Pedro 2:9). La comprensión de este privilegio es un factor eficaz para el afianzamiento de una autoestima positiva.

La implicancia natural de la evolución darwinista es la ausencia de un referente objetivo para la vida y la conducta humanas. Los procesos naturales y el propio hombre son los referenciales. En este vacío, el hombre encuentra sólo el “azar” como el originador. No alcanzando con ello, los conceptos de la supervivencia del más apto, y de la raza superior (Eugenia), que influyó las desigualdades históricas, llevan a las personas a experimentar una mayor angustia y desamparo, hiriendo frontalmente su dignidad y autoestima.

Para reflexionar:

Lee Juan 3:16 y coloca tu propio nombre en el texto en lugar de las expresiones “mundo” y “todo aquél que en Él crea”. Luego de aplicar este pasaje a ti mismo, ¿qué te dice este versículo acerca de tu valía ante lo que Dios pagó por tu salvación?

Lo que percibimos de nosotros mismos y el juicio de los demás

La construcción de nuestra identidad está directamente ligada a las percepciones de las personas que son significativas para nosotros. A pesar de cambiar con el tiempo, en la mayoría de los casos, desde la infancia hasta el fin de la vida, están presentes, pudiendo provenir de parte de padres, familiares, amigos, o hermanos en la fe. La opinión de esas personas acerca nuestro se vuelve relevante, haciendo que nuestra percepción acerca de nosotros mismos y el humor se vean seriamente, a veces demasiado, afectados. Es como si fueran una “caja de resonancia” de la cual esperamos aprobación y aceptación.

Dios nos ha dado directivas seguras sobre las cuales podemos construir juicios sobre nosotros y los demás. Jesús dijo: “Amarás a tu prójimo como a ti mismo” (Mateo 22:39). Eso significa que debemos amarnos y, en la misma proporción, amar al prójimo, nada más y nada menos que de la misma manera en cómo nos amamos a nosotros mismos. Con esta orientación, Jesús previno dos graves problemas: el que nos subestimemos, el resultado de una baja autoestima; y la arrogancia, el fruto del orgullo (Romanos 12:3). El puso a todos al mismo nivel al decir “como a ti mismo”. Pero eso sólo es posible si se cumple lo primero:

“Amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente” (Mateo 22:37).

Para reflexionar:

1. ¿Eres capaz de identificar tus puntos fuertes y tus debilidades?
2. ¿Qué cosas son las que nuestra sociedad actual valora y cuál es la opinión de Dios acerca de ello?
3. ¿De dónde surge el prejuicio? ¿Cómo puede ser superado?
4. ¿De qué manera la contemplación del sacrificio de Cristo en la cruz nos asegura confianza y humildad?

Nuestro valor ante los ojos de Dios

Jesús presentó, en Lucas 15, tres parábolas que ilustran el valor que Dios le atribuye al ser humano. Notemos las expresiones utilizadas por Él para enfatizar cuánto nos ama el Padre:

1. ***La oveja perdida (versículos 3 al 7***: El pastor “¿no dejaría las noventa y nueve en el campo, e iría a buscar la que se perdió hasta encontrarla?”. “Y cuando la encuentra la pone sobre sus hombros gozoso”.

2. ***La dracma perdida (versículos 8 al 10***): La mujer “barre la casa, y la busca con diligencia hasta hallarla. Y cuando la encuentra, junta a las amigas y vecinas, y les dice: ‘Alegraos conmigo, porque encontré la dracma que había perdido’ Así… hay alegría ante los ángeles de Dios por un pecador que se arrepiente”

3. ***El hijo pródigo (versículos 11 al 24):*** “Su padre lo vio y se compadeció. Corrió, se echó sobre su cuello y lo besó… Y dijo… ¡Pronto! Sacad el mejor vestido, y vestidlo. Ponedle un anillo en su mano y sandalias en sus pies… Porque este hijo mío estaba muerto, y ha revivido; se había perdido, y ha sido hallado. Y empezaron a regocijarse”.

Jesús utilizó ejemplos muy concretos para ilustrar el amor del Padre para con nosotros, sus hijos. Por más distante que se haya colocado un pecador; por más indigno que pueda sentirse ante sus propios ojos, Dios lo tiene como objetivo primordial de su amor y cuidado. Elena G. de White afirma que “en la cruz del Calvario, Él pagó el precio del rescate por un mundo perdido. Amó al mundo, a la oveja perdida que traería de nuevo a su rebaño. La cruz del Calvario habla del maravilloso amor de Dios por el pecador. Lo valoró a un precio infinito, entregando a su Hijo Unigénito, para que todo aquél que en el crea no se pierda, mas tenga vida eterna (Juan 3:16; Ezequiel 33:11)” [*The Messenger*, 26 de abril de 1893].

Para reflexionar:

1. ¿Cómo podemos revestirnos del nuevo hombre?
2. ¿Qué actitudes caracterizan a ese nuevo hombre?
3. ¿De qué manera el hábito de ayudar a los demás puede ser benéfico para nuestra autoestima?

Conclusión

Dios nos invita a aceptar su gracia y poder para que seamos revestidos de un nuevo carácter, que refleje su imagen. Al humillarnos ante el sacrificio de Jesús en la cruz y contemplar su gran amor, tendremos una visión clara del alto valor que Él nos atribuyó, y así seremos liberados de la esclavitud de la incredulidad y el pecado.

La comunión diaria con Cristo nos asegura una percepción realista de nosotros mismos y una comprensión más justa de Dios, de nosotros mismos y de los demás.

Dr. Noel José Días da Costa
Doctor en Psicología Clínica
Profesor
Univ. Adventista de San Pablo



Traducción: Rolando D. Chuquimia
© RECURSOS ESCUELA SABÁTICA

RECURSOS ESCUELA SABATICA
http://ar.groups.yahoo.com/group/Comentarios_EscuelaSabatica
http://groups.google.com.ar/group/escuela-sabatica?hl=es
Suscríbase para recibir gratuitamente recursos para la Escuela Sabática